

## **GURU NANAK COLLEGE, DHANBAD**

### **EVENT : INTERNATIONAL YOGA DAY**

**Date – 21/06/24**

Today on 21/06/2024, 'Yoga Awareness Program and practice workshop' was organized by Guru Nanak College, Dhanbad and NSS Unit 1 and 2 on the occasion of "International Yoga Day" at 8:00 am in the S.J.S Grewal Auditorium of the college. Under this program, Kishore Kumar ji, on behalf of Maharishi Patanjali Yoga Samiti and AYUSH and Skill Development Research Institute, Dhanbad, threw light on yoga education. On this occasion, teachers, non-teaching staff and students got proper practice of meditation, yoga and pranayam under the supervision of Yogacharya Kishore Kumar ji. Under this, detailed information was given on Dhanurasana, Mandukasana, Bhujangasana, Pawanmuktasana etc. and the health benefits in life were also highlighted. Addressing the program, Principal Dr. Sanjay Prasad wished and congratulated everyone on Yoga Day and highlighted the importance of Yoga establishing the idea like 'Yogi Kaya Nirogi Kaya'. Currently, Yoga has been accepted as an international festival through which a person can remain healthy in mind, brain and body throughout his life. The Principal gave special emphasis and said that the National Education Policy 2020 has also accepted the importance of Yoga and accepted it as a compulsory subject. He advised to incorporate yoga into regular life. Program Officer of NSS Unit 1, Prof. Daljeet Singh said that Yoga is a means to unite the soul with God. Understanding the importance of Yoga, everyone said in one voice, "First Yoga, then enjoyment, there will never be any disease."

After this, yoga trained NSS volunteers of the college including Sparsh, Sahil, Neelam, Aparna, Reshmi, Shashi, Shreya and Manisha presented asanas along with Yogacharya Kishore Kumar.

In the program Prof. Incharge Amarjeet Singh (Bhuda Campus), Prof. Dr. Ranjana Das Prof. Incharge (Women's Branch), Prof. Sanjay Sinha, Prof. Deepak Kumar, Prof. Santosh Kumar, Prof. Sadhna Singh, Prof. Varsha Singh, Prof. Sonu Prasad Yadav, Prof. Abhishek, Prof. Piyush Agarwal, Prof. Neeta Ojha, Prof. Snehal Goswami, Mr. Arnav Sarkhel, Ms. Sarita Madhesiya, Ms. Ekta Srivastava, Ms. Sapna Gupta, Ms. Ghanishtha, Ms. Surbhi Kashyap,

Mr. Ranjit Mishra, Ms. Nusrat Parveen, Mr. Narendra Singh, Mr. Pankaj Kumar and other teachers and non-teaching staff were present. The program was conducted by N. S. S. Program Officer 1 Prof. Daljeet Singh and Program Officer 2 Prof. Anuradha Kumari. In the program, more than 70 students, NSS volunteers, teachers and non-teaching staff practiced yoga.

### Media Glimpse :







21 Jun 2024 8:30:57 am  
Shitala Colony Road  
Bhuda Colony  
Dhanbad  
North Chotanagpur Division  
Jharkhand  
GURU NANAK COLLEGE, DHANBAD  
International Yoga Day 2024



21 Jun 2024 9:32:22 am  
Shitala Colony Road  
Bhuda Colony  
Dhanbad  
North Chotanagpur Division  
Jharkhand  
GURU NANAK COLLEGE, DHANBAD  
International Yoga Day 2024

**News Glimpse:**

## शिक्षण संस्थानों में 30 हजार से अधिक विद्या

विशेष सत्र में पत्रियोगिता भी आयोजित की गई, विजेताओं को किया गया पुरस्कृत, विद्यार्थियों से वेहद

राज्य में शिक्षण संस्थानों में 30 हजार से अधिक विद्यार्थियों को आयोजित किया गया। विशेष सत्र में पत्रियोगिता भी आयोजित की गई, विजेताओं को किया गया पुरस्कृत, विद्यार्थियों से वेहद



विद्यार्थियों को शिक्षण संस्थानों में 30 हजार से अधिक आयोजित किया गया। विशेष सत्र में पत्रियोगिता भी आयोजित की गई, विजेताओं को किया गया पुरस्कृत, विद्यार्थियों से वेहद



विद्यार्थियों को शिक्षण संस्थानों में 30 हजार से अधिक आयोजित किया गया। विशेष सत्र में पत्रियोगिता भी आयोजित की गई, विजेताओं को किया गया पुरस्कृत, विद्यार्थियों से वेहद



विद्यार्थियों को शिक्षण संस्थानों में 30 हजार से अधिक आयोजित किया गया। विशेष सत्र में पत्रियोगिता भी आयोजित की गई, विजेताओं को किया गया पुरस्कृत, विद्यार्थियों से वेहद

### DHANBAD PUBLIC SCHOOL

#### International Day of Yoga

21st June



विद्यार्थियों को शिक्षण संस्थानों में 30 हजार से अधिक आयोजित किया गया। विशेष सत्र में पत्रियोगिता भी आयोजित की गई, विजेताओं को किया गया पुरस्कृत, विद्यार्थियों से वेहद



विद्यार्थियों को शिक्षण संस्थानों में 30 हजार से अधिक आयोजित किया गया। विशेष सत्र में पत्रियोगिता भी आयोजित की गई, विजेताओं को किया गया पुरस्कृत, विद्यार्थियों से वेहद



विद्यार्थियों को शिक्षण संस्थानों में 30 हजार से अधिक आयोजित किया गया। विशेष सत्र में पत्रियोगिता भी आयोजित की गई, विजेताओं को किया गया पुरस्कृत, विद्यार्थियों से वेहद

Dainik Jagran Dated : 22-06-24.

Prabhat Khabar  
Dated : 22-06-24.